

## Wie konkret ?

**HOME** ist ein den Alltag ergänzender und kontinuierlicher Weg der Übung in Fähigkeiten und ErlebensQualitäten - für mehr Freude und Klarheit, Zufriedenheit, Selbstbewusstheit und Findung und Verwirklichung der eigenen Ziele und Wünsche - mit meiner Inspiration und Beratung.

Vorbedingungen für einen Einstieg gibt es grundsätzlich nicht. Wir entscheiden in einem persönlichen Gespräch, ob dieser Weg für Dich das Richtige ist - ob Motivation, Erwartungen und Voraussetzungen 'stimmen' - und du mit mir als Trainer kontinuierlich etwas für Dich tun willst.

**HOME** ist *keine* Psychotherapie. Jede/r Trainee übernimmt volle Verantwortung für jeden eigenen Schritt. Es ist ein förderlicher Weg sogar *wachsender Selbstverantwortung!*

### Das kontinuierliche Basis-Programm via :

1. Brief-Einzelarbeit 1 x / Monat
  2. Telefon-Coaching 30 Min. / Monat
  3. Arbeit mit dem pers. BasisReader
- = kostet monatlich 50 Euro (Erm.mgl.)

### Plus nach Wunsch :

- > spezielle Seminare bzw Förderung und Vertrautheit in vhs Seminaren
- > Live Einzelsitzungen

Mein Buch

## JEREMIAS

Band 1 : Die Sieben Schritte

( ISBN 3-8311-3777-3 / Preis 17 Euro )  
stellt die Basis dieses Weges dar.  
Interessenten können es zuvor lesen.

## Cord Cordes

Ich bin ‚Trainer für Lebenskunst & Meditation‘, 1960 geboren, habe Pädagogik & Psychologie studiert & bin in Gestalttherapie ausgebildet. Ich meditiere seit 20 Jahren, habe in vielen Wegen und Lehren geforscht und gefunden - und vor allem sehr viel selbst experimentiert - und habe meine Synthese einer alltagsnahen „LebensKunst-Weisheit“ herausgearbeitet. Seit 1989 leite ich Seminare und Einzel- & Paar-Sitzungen, seit 1996 biete ich diesen Übungsweg ‚HOME‘ an. Mein erstes Buch ‚Jeremias‘ ist 2002 erschienen. Seit 1989 arbeite ich in div. Bereichen der Erwachsenenbildung mit mittlerweile insgesamt weit über 5000 Teilnehmer/innen.



### Welcome :

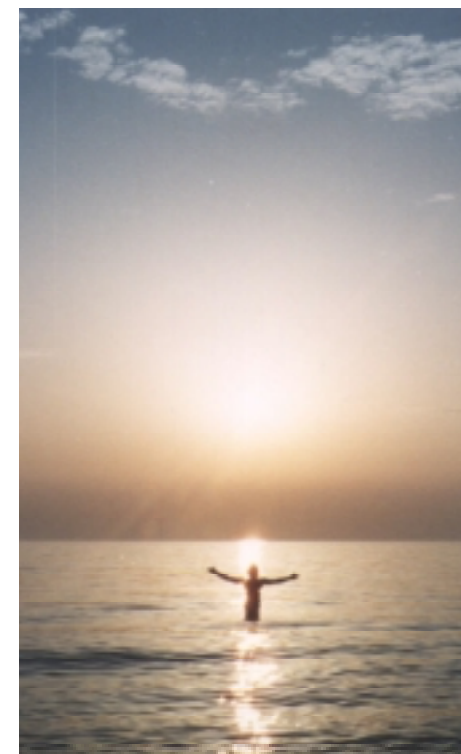
#### **CORD CORDES**

Horner Str.7 \* 28203 Bremen  
Telefon 0421-77795  
Email: cordes.hb@gmx.de

*Noch mehr Information  
findest Du auf meiner Homepage*

**[www.cc-lebenskunst.de](http://www.cc-lebenskunst.de)**

# HOME



## CC

Constant Coaching

*Ein Freund  
Ein Übungsweg*

# HOME

will Dein persönliches Leben und Wachstum in allen Bereichen

**fördern.**

will Dir ein breites Spektrum an LebensKunst-Fähigkeiten

**vermitteln.**

will Dich beim Umsetzen und Erreichen Deiner Ziele und Träume und in Deiner Spiritualität und Meditation

**unterstützen.**

will Dein 'normales Leben' durch eine Dich fördernde und inspirierende Beziehung mit mir – und durch Beziehungen mit anderen auf diesem Weg

**bereichern.**

„Ich habe auf diesem Weg gefunden, wonach ich mich schon immer sehnte. Mein Leben ist viel farbiger geworden und ich fühle mich lebendiger. Cord hilft mir dabei, meinen Weg zu finden und zu gehen.“

*Ingrid M. aus Bremen*

„Ich fühle mich zunehmend erfüllt von Bewußtheit, Kraft und Zuversicht, meine Bedürfnisse auch zu verwirklichen. Cord vermittelt Optimismus und Energie, Probleme als Chance zu einem Neuanfang zu sehen. Er hat die Fähigkeit, Selbst-Liebe und Freude an Eigenverantwortung zu wecken. Seine Worte und seine Augen sind voll innerer Tiefe und Weisheit.“

*Annliese F. aus Kassel*

„Ich habe meine wirklich gefühlte Freude wiederentdeckt, und erfahren, daß ich mit allen Fragen, Ängsten und Problemen zu Cord kommen kann. - Gemeinsam singen, tanzen, lachen, weinen, essen, reden, schweigen und schauen ist für mich zur wahrhaftigen LebensKunst geworden. Ich fühle mich getragen vom Fluß des Lebens... - Ich bin Cord unendlich dankbar für seine Arbeit, seine Liebe zu den Menschen und Gott und seine Hilfe bei ganz persönlichen Lebensfragen.

HOME ist für mich zu einer ganz wertvollen Unterstützung meines Alltags geworden.

*Ruth T. aus Braunschweig*

# HOME

ist  
Üben, Entwickeln  
und Genießen  
von:

Bewusstheit  
Tanzen

Begegnung  
Meditation

Beziehung

BeRUFungsFindung  
Träume und Visionen

Lachen

Klärung

Körperbewußtheit

Energiearbeit

Offenheit

Gefühle

Freude und Lust

Sitzungen und Rituale

Seminare